MAAT IN DE SHIT



JEUGDWERK

Wat?

Vind je, als (hoofd-)leiding, volwassen begeleider, voorzitter, medewerker of ... dat het hoog tijd is om in je jeugdhuis of jeugdbeweging eens stil te staan bij alcohol, cannabis?
Dan kan je deze spelfiches gebruiken. Ze doen een beroep op de vriendschappen die er zijn binnen je groep. Het centrale thema van Maat in de Shit leunt hier bij aan: wat je kan doen als je je zorgen maakt over het alcohol- en/of cannabisgebruik van een vriend? Door te praten over vrienden zullen jongeren automatisch ook over zichzelf nadenken, zonder dat je heel persoonlijke of bedreigende communicatie met hen moet aangaan.

Wanneer?

Concreet kan je met deze spelfiches aan de slag naar aanleiding van een activiteit, leidingsavond of cursus in de jeugdbeweging of jeugdhuis.

Misschien kampt je vereniging met problemen. Met alle gevolgen voor de ledenwerking van dien. Als jeugdvereniging heb je een verantwoordelijkheid voor de personen die aangesloten zijn bij je vereniging. Wanneer een medewerker bijvoorbeeld herhaaldelijk dronken verschijnt op openbare plaatsen, dan heeft dit gevolgen voor het imago van jullie vereniging.

De spelfiches en kunnen op zich gebruikt worden, maar worden idealiter gekaderd in een ruimer alcohol- en drugbeleid, dat op maat van je vereniging opgesteld is. In een alcohol- en drugbeleid is er, naast aandacht voor sensibiliserende activiteiten, ook aandacht voor afspraken en regels, het signaleren van gebruik en het opstellen het opstelllen van structurele maatregelen. Hoe je een Alcohol- en drugbeleid in de jeugdvereniging kan uitwerken lees je op www.drugsinbeweging.be. Jeugdhuizen kunnen deelnemen aan ATTENT en zich inschrijven voor de Attentie 'Alcohol- en drugplan'. Inschrijven kan op www.formaat.be/attent.

Voor wie?

Je kan deze spelfiches spelen met de leden van het jeugdhuis of de jeugdbeweging, binnen de leidingsploeg of met medewerkers van het jeugdhuis. De spelen zijn geschikt voor spelers vanaf 15 jaar. Vanaf 10 tot 25 spelers kan je aan de slag.

Hoe ga je te werk?

Een goede voorbereiding

Je hoeft zeker geen alcohol- of drugspecialist te zijn om de informatie in deze fiches over te brengen. Beschikken over correcte informatie kan echter wel een ruggensteun zijn. Als je vragen krijgt die je niet kan beantwoorden, ga dan samen op zoek naar informatie. Je kan met je vragen ook steeds terecht bij De DrugLijn (www.druglijn.be of 078 15 10 20).

Bij de start

Zorg dat je goed op de hoogte bent van het alcohol en drugbeleid van je jeugdbeweging of jeugdhuis. Wat staat er in het huisreglement of de regels, wat gebeurt er als een lid wordt betrapt of als een lid problemen signaleert?

Methodieken

'Maat in de Shit' bestaat uit vijf spelfiches en start vanuit het verhaal van Tom & Lisa. Afhankelijk van de beschikbare tijd kan je de keuze maken om slechts enkele spelfiches te doorlopen of kan je alle spelfiches doorlopen op verschillende momenten.

Heb je weinig tijd?

Dan kies je minstens twee spelfiches uit op basis van de noden die er zijn in jouw jeugdvereniging. Meer info over de spelfiches vind je hieronder terug bij 'De spelfiches'

Heb je veel tijd?

Om grondig in te gaan op het alcohol- en drugthema maak je gebruik van alle spelfiches. Zo komen attitudes tegenover alcohol en drugs aan bod en leren de deelnemers door de spelen hoe ze met bepaalde situaties om kunnen gaan. Op deze manier doen ze nieuwe vaardigheden op.

De spelfiches

Hoeveel is te veel?

Brengt de discussie op gang over waarden en normen omtrent drugs.
Maakt individuele meningen bespreekbaar.

Show me your cards!

Laat de deelnemers inzien dat re allen onderhevig zijn aan groepsdruk, ook onuitgesproken groepsdruk.

Schoenenoefening

Zet aan tot nadenken over wie bij de deelnemers aanklopt met problemen. Wanneer benaderen zij anderen met een probleem? Welke voorwaarden stellen zij wanneer re te rade gaan bij vrienden?

Naar je vriend toe stappen

Hoe benader je het best een vriend in de 'shit'? Maakt bewust van houding, positionering, nonverbaal gedrag.

Actie/reactie

Laat voor- en nadelen afwegen van verschillende manieren van reageren. Doet stilstaan bij eigen reacties en reacties die bij zichzelf wel niet zouden werken.

START

ACHTERGRONDINFO

VOOR HET BEGELEIDEN



Vaak ken je je vrienden in de jeugdbeweging al van jongs af aan. Of breng je veel tijd door met je maten van het jeugdhuis. Jullie hebben een stevige band en trekken vaak met elkaar op. Hierdoor experimenteer je vaak ook samen: de eerste sigaret, de eerste pint... Je kent misschien ook mensen uit je jeugdbeweging (medeleiding, leden...) of uit je jeugdhuis die experimenteren met cannabis, of anderen die twijfelen of ze het willen proberen of niet. Soms zie je het ook mislopen omdat ze te veel drinken of blowen. Wat kan je doen wanneer iemand uit je vriendenkring dreigt in de problemen te komen door zijn alcohol- en/of druggebruik?

Die vraag stellen velen zich ooit wel eens, maar hier valt geen eenvoudig antwoord op te geven. Door het gebruik van de spelfiches kan je samen met je groep proberen te antwoorden en kan je kijken hoe je groep dit probleem zou aanpakken.





Het is heel normaal om iemand te helpen die erom vraagt. Maar iemand aanspreken over zijn alcohol- of druggebruik die zich van geen kwaad bewust is, valt heel wat zwaarder. Vaak heeft men schrik voor de reactie van de persoon in kwestie. Via deze spelen kan je deze schrik proberen te counteren en de houding van je groep over het aanspreken van hun vrienden veranderen. Je geeft hen deze boodschap: 'Als je je zorgen maakt over het alcohol- en druggebruik van een vriend, spreek hem daar dan over aan.' Door deze uitspraak en houding met de volledige groep te ondersteunen wordt het een stuk makkelijker om de stap ook echt te zetten.

Vel geen oordeel over je leden, medeleiding of collega's.

Je kan best een mening hebben over gebruik op zich, maar veroordeel nooit de persoon die gebruikt. Dit kan soms moeilijk zijn, maar als je op voorhand een moraliserende houding aanneemt tegenover alcohol en cannabis, staan je medespelers niet meer open voor de informatie die je - als trekker van dit spel - geeft of de vragen die je stelt. Sommigen zullen ook de moeite niet meer nemen om zelf vragen te stellen.



Maak duidelijk dat ze niet kunnen verwachten dat hun vriend van de ene dag op de andere kan geholpen worden. Indien hun vriend informatie wil krijgen of zijn gedrag wil veranderen, kan hij anoniem De DrugLijn contacteren (www.druglijn.be). Ook het JAC (www.jac.be) in de buurt of de huisarts kunnen verder helpen.

Benadruk dat iedereen zelf verantwoordelijk is voor zijn gedrag. Ook de vrienden van je leden. Zij kunnen geen verantwoordelijkheid opnemen voor hen.

Als leden uit je groep zich zorgen blijven maken dan kunnen ze steeds hun ongerustheid uiten tegenover (mede)leiding, groepsleiding, andere jeugdhuismedewerkers of de verantwoordelijke van het jeugdhuis. Ook kunnen ze zelf De DrugLijn contacteren of de vriend motiveren om dat te doen.

Het verhaal van Tom en Lisa

Het verhaal van Tom & Lisa gebruik je als start. Lees het samen met iemand uit je groep voor, laat twee personen uit je groep het verhaal luidop voorlezen of kopieer het verhaal voor iedereen.

Ik leerde Lisa kennen op een feestje. Een goede vriend van me had iets met haar beste vriendin. We babbelden wat en het klikte eigenlijk van de eerste minuut. Ik had gewoon geluk dat ik haar al vlug aan het lachen kreeg, denk ik...

Tom is zo'n gast waar je je nooit mee verveelt. Hij heeft altijd leuke ideeën en kan erg grappig zijn. Al kan hij soms wel wat te ver gaan ook. Dat is Tom, dat moet je erbij nemen. Gelukkig kan hij ook heel lief zijn.

Ik ben misschien wel een fuifbeest, ja. Een geluk dat Lisa zo'n lief meisje is, want ze moet wel wat van me kunnen verdragen. Gelukkig kunnen we het altijd goed uitpraten als we 'ns ruzie hebben.

De leukste momenten? We konden soms uren gewoon tegen mekaar aanzitten en praten over van alles en nog wat: problemen, toekomstplannen, de wereld ... Dan voelde ik me echt heel dicht bij hem. Ja, misschien nog wel meer dan bij het vrijen - wat trouwens ook heel tof was hoor.

Lisa was eigenlijk het eerste meisje waar ik zo goed mee kon praten. Hoe dat kwam weet ik niet, met haar ging dat gewoon vanzelf. Al moet ik toegeven dat een beetje weed in het begin wel hielp.

Maar het plezante van die weed was er voor mij na een tijdje toch af. Op het moment zelf was het meestal wel leuk, maar daags nadien voelde ik me vaak erg suf. En als ik toen dacht aan waar we die avond om hadden zitten lachen of waarover we hadden gepraat, dan leek het allemaal nogal stom.

Dat Lisa liever niet meer samen wou blowen, was voor mij niet echt een probleem. Ik miste de sfeer wel een beetje, maar als zij zich er niet goed meer bij voelde, dan respecteerde ik dat.

Toen de eerste verliefde maanden voorbij waren, begonnen we allebei terug wat meer met onze eigen vrienden op te trekken. Da's normaal, in het begin heb je enkel oog voor elkaar, maar dan wil je de draad met je vrienden toch ook weer opnemen.

Op een avond hadden we elk apart met een groepje vrienden afgesproken. Toen ik met m'n vrienden op weg was naar het jeugdhuis, liepen we Lisa met haar vriendinnen tegen het lijf.

Toen ik Tom zag, schrok ik me rot. Hij had meegesmoord met zijn vrienden en ze waren zo stoned als garnalen. En hij moest nog met de brommer naar huis! Op dat moment kon ik me niet inhouden, ik heb hem toen serieus de les gelezen. We zijn met ruzie uit elkaar gegaan. Gelukkig had ik toen mijn vriendinnen bij me, bij wie ik kon uithuilen.

Achteraf bekeken had ze natuurlijk gelijk, maar toch ben ik vreselijk kwaad geworden. Ze had me compleet voor lul gezet voor al m'n vrienden. Wat dacht ze wel, dat ze m'n leven kon controleren? Er vielen heel wat harde woorden en we zijn met klinkende ruzie uit elkaar gegaan.

Wat later hebben we het terug bijgelegd. Ik gaf toe dat ik overdreven gereageerd had, en hij beloofde niet meer te blowen als hij nog met z'n brommer moest rijden.
Af en toe hoorde ik van vrienden dat ze Tom hadden gezien in allesbehalve nuchtere toestand. Ik probeerde er hem soms over aan te spreken, maar van zodra ik ook maar begon over dat blowen, werd hij al kwaad. Aan de andere kant had ik wel vertrouwen in hem. Als hij me zei dat hij het wel in de hand kon houden, dan geloofde ik hem. Ik zag echt geen problemen, daarvoor stond hij te veel met z'n voeten op de grond.

Lisa leek er niets van te begrijpen. Ze reageerde soms alsof ik, als ik een keer een jointje rookte, meteen verslaafd zou worden. Alsof ik niet meer kon rijden als ik één jointje rookte? Ik deed het ook niet om problemen te vergeten of zo. Ik voelde me er gewoon goed bij, dat was alles. Haar gezaag had ik daar echt niet bij nodig en dat liet ik haar goed verstaan ook.

Ik had misschien moeten merken dat er iets aan de hand was toen hij me vertelde dat hij ging stoppen met de jeugdbeweging. Hij voelde zich niet goed meer in de groep, zei hij. En dat terwijl hij vroeger nooit één activiteit zou hebben gemist! Maar eerlijk gezegd vond ik het zelf helemaal niet erg, integendeel. Nu hij niet meer ging, zou ik hem misschien wat vaker kunnen zien.

Ik was al dat gedoe beu. Ik zag er de zin gewoon niet meer van in om me daar te gaan afmatten. Ik deed het liever wat relaxter aan, gewoon samen met vrienden wat muziek luisteren of lol maken.

Toen kwamen de examens eraan. Ik merkte dat Tom nog redelijk wat smoorde. Volgens hem kon hij zich zo beter ontspannen.

Lisa heeft gelijk, het lukte niet om te minderen met blowen tijdens de examens. Na de examens was ik dan ook opgelucht, geen stress meer om te leren en geen gepieker meer over dat minderen. Toen ze afgelopen waren, besloten we om eens goed te gaan vieren. We gingen samen op stap. Ik wou alles even vergeten.



Tijdens het uitgaan merkte ik wel dat Tom af en toe naar buiten verdween met zijn vrienden, maar omdat het een toffe avond was, besloot ik er niks over te zeggen.

Samen met mijn maten ging ik een paar keer naar buiten om een jointje te blowen. Tussendoor dronk ik ook redelijk wat pinten. We waren ons goed aan het amuseren, tot ik op een bepaald moment terug naar binnen ging en ik het veel te warm kreeg.

Tom kwam naar binnen en ik merkte dat hij enorm bleek zag. Ik vroeg of alles in orde was. Hij zei dat hij veel te warm had en zich niet 100% voelde.

Ik voelde me doodmoe, kreeg geen lucht meer en kreeg precies een steek in mijn borst. Iedereen kwam dan ook nog eens rond mij staan, wat de boel nog verergerde. Ik kreeg helemaal geen lucht meer en begon te hyperventileren. Ineens werd alles zwart en vanaf dan ben ik alles kwijt …

Tom begon heel snel te ademen en kreeg het erg benauwd. Plots lag hij op de grond. Ik panikeerde en wist niet wat te doen. Samen met vrienden heb ik hem naar huis gebracht.

Lisa en mijn vrienden belden natuurlijk mijn ouders wakker. Ze konden er niet mee lachen en waren ook erg geschrokken. Ikzelf trouwens ook …

Dit alles is vorige week gebeurd. Zoiets wil ik niet meer mee maken. We zullen zien hoe het verdergaat met Tom en mij …

Hoeveel is te veel?



Vraag de groep wat ze denken over de situatie van Tom. Wie vindt de situatie wel of geen probleem? Iedereen die het een problematische situatie vindt, moet links van jou gaan staan, wie het niet gevaarlijk vindt rechts. Zo wordt duidelijk wie wat denkt. Laat beide groepen kort vertellen waarom ze hun keuze maakten. Tijdens dit spel krijgen de spelers nog andere situaties te horen waarover ze hun mening kunnen geven.

Doelstelling

De discussie op gang brengen over waarden en normen omtrent drugs; individuele meningen bespreekbaar maken.

Duur

50 minuten

Materiaal

- Kopies van situatieschetsen voor elke deelnemer
- Zes papiervellen met nummers 1 tot en met 6
- Flappen en stiften

Beschrijving

In dit spel kan iedereen zijn mening geven over alcohol- en druggebruik. Bij de verschillende voorbeelden mag iedereen een inschatting maken van hoe gevaarlijk ze de situatie vinden. In de bespreking leert de groep dat verschillende factoren een rol spelen bij de beoordeling van de situaties. Bovendien heeft iedereen hierbij zijn eigen waarden en normen, waardoor meningen sterk kunnen verschillen.

- In het lokaal verspreid je flappen van 1 tot en met 6 (1 = minst gevaarlijk, 6 = meest gevaarlijk).
- Iedereen leest de situatieschetsen, denkt na of hij bezorgd is over het gebruik van elk van die personen en rangschikt de situaties volgens gevaarlijkheid (1 = minst gevaarlijk, 6 = meest gevaarlijk). Elk cijfer mag slechts één keer gegeven worden. Wanneer iedereen dit gedaan heeft, bespreek je de situaties in de groep.
- Overloop de situatieschetsen en laat iedereen plaatsnemen bij het cijfer dat overeenkomt met de inschatting van het gevaar voor die situatie. Dit geeft duidelijk weer wat iedereen denkt. Je kan aan ieder apart vragen waarom hij bij een bepaald cijfer staat, zo kan elke deelnemer zijn mening geven. Je kan alle argumenten eventueel op een flap papier noteren.

Met deze vragen kan je de discussie op gang brengen:
- Liggen de keuzes in dezelfde lijn of zijn ze uiteenlopend?
- Wat is verrassend aan de argumenten van een ander?
- Wat leer je er zelf uit?

Nabespreking

De spelers schatten elke situatie verschillend in. Hun inschatting is afhankelijk van hun eigen visie, ervaring, achtergrond enzovoort. Tijdens het spel werd duidelijk dat verschillende argumenten de ernstinschatting van de situatie beïnvloeden, zoals gezondheidsrisico's, de persoonlijkheid van de gebruiker, verantwoordelijkheid, juridische gevolgen, sociale en familiale achtergrond, de aard van het middel (alcohol, cannabis), de manier en frequentie van het gebruik, motivatie voor het gebruik, financiële gevolgen. Uit al deze argumenten kan je afleiden dat bij een ernstinschatting er zowel mens- (wie is de gebruiker), middel- (wat wordt er gebruikt) en milieufactoren (in welke context wordt er gebruikt) een rol spelen. Dit noemen we het MMM-model. Of een persoon een probleem zal krijgen, wordt bepaald door het samenspel van deze factoren.

TIPS voor de bespreking van 'Hoeveel is te veel?'

Deze tips kan je gebruiken tijdens de discussie. Als het gesprek te lang rond één punt draait zonder dat er nieuwe argumenten bijkomen, breng dan zelf een nieuw punt of argument aan bij de casus. Hieronder vind je er enkele.

- **Eenmalig of langdurig gebruik**

Wanneer er gesproken wordt over eenmalig of langdurig gebruik, hou dan rekening met de frequentie en de hoeveelheid van het gebruik. Want zowel eenmalig als langdurig gebruik kan gevaarlijk zijn. Wat vindt de groep het meest gevaarlijk? Iemand die zich sporadisch en op korte tijd helemaal laveloos drinkt (bijvoorbeeld bingedrinken) of iemand die trager maar meer drinkt? Beide situaties kunnen gevaarlijk zijn.

- **(Gebrek aan) kennis van het product**

Als je vertrouwd bent met een bepaald product, dan geef je vaak een lage score (weinig gevaarlijk). Weet je weinig over het product, dan geef je vaak een hogere score (gevaarlijk). Dit wil echter niet zeggen dat je de risico's van een bepaald product mag minimaliseren omdat je het product 'kent'.

- **(Gebrek aan) kennis van de gebruiker**

Naargelang je de geschiedenis van de gebruiker kent, zal je anders reageren. In deze oefening ken je de betrokken personen niet. Je velt dan vlot een oordeel. Toch mag je niet uit het oog verliezen dat de kennis van iemands persoonlijkheid en zijn leefwereld mee bepaalt hoe je tegenover deze persoon en zijn gebruik staat.

- **Legaal of illegaal**

Cannabis is een illegaal product. Alleen al omwille van de illegaliteit kan dit product als gevaarlijk beoordeeld worden. Cannabis gebruiken kan immers gerechtelijke gevolgen hebben. Dat alcohol legaal is, betekent niet dat het ongevaarlijk is.

- **Voorbeeldfunctie**

De mate waarin men oordeelt dat iemand een voorbeeldfunctie te vervullen heeft, bepaalt mee of een situatie al dan niet als gevaarlijk wordt ingeschat. Zo brengt begeleiding die onder invloed is niet enkel zichzelf maar ook anderen in gevaar. Als medewerker van een jeugdhuis of leiding van een jeugdbeweging heb je ten allen tijde een voorbeeldfunctie. Zelfs wanneer je niet in je functie van medewerker of leiding ergens aanwezig bent, zullen mensen je toch associëren met je jeugdbeweging of jeugdhuis. Zowel ouders als leden zien je, ook buiten activiteiten van je jeugdvereniging als 'verantwoordelijke persoon'.

- **Motivatie**

De redenen die mensen hebben voor hun alcohol- of druggebruik bepalen of anderen begrip opbrengen en het gebruik aanvaarden. Wanneer iemand bijvoorbeeld drinkt om zijn problemen te vergeten, dan kan dit minder aanvaard worden dan iemand die drinkt omdat hij plezier wil maken. Drinken vanuit een negatieve emotie is ook riskanter dan drinken om je te amuseren.

- **Eigen ervaring**

Ook eigen ervaring speelt een rol bij het vormen van een mening. Als men een situatie zelf heeft meegemaakt (of als men een bepaald gedrag bij zichzelf herkent, bijvoorbeeld roken), reageert men vaak met een extreme score: heel tolerant of net niet.

- **Gevaar voor de eigen gezondheid/de omgeving**

Deze discussie komt meestal aan bod bij de rookgewoonte van Els. Ziet men dit gedrag als een persoonlijk probleem of zijn er gevolgen voor anderen? Er kan ook een verschil bestaan in de gevolgen voor het eigen gedrag. Roken beïnvloedt het gedrag niet, drinken wel. Het probleemgedrag kan gevolgen voor anderen hebben.

- **Leeftijd**

Hoe vroeger men begint met drinken of met blowen, hoe groter het risico is dat iemand een alcohol- of drugprobleem ontwikkelt. Bovendien zijn jongeren gevoeliger voor de effecten van alcohol en drugs. Hun hersenen zijn namelijk nog niet volgroeid en ook op de ontwikkeling van de hersenen hebben alcohol en drugs negatieve gevolgen. Omwille van deze risico's drinken jongeren onder de 18 jaar best geen alcohol.

Situatieschetsen bij 'Hoeveel is te veel?'

✓ **Els** (19 jaar) rookt twintig sigaretten per dag. Ze rookt om zich te ontspannen. Ze kent de gezondheidsrisico's die aan roken verbonden zijn, maar vindt dat iedereen van iets moet doodgaan.



✓ **Steven** (18 jaar) vertelt: "Op m'n veertiende rookte ik m'n eerste jointje. Het bekende verhaal: we waren met een groepje vrienden, vonden het allemaal erg spannend, we voelden ons de held. Wij deden de dingen waar de anderen alleen maar over praatten. Het werd uiteindelijk wel erg grof: we brachten het stuff gewoon mee naar het jeugdhuis en waren soms de hele avond stoned."

✓ **Hanne** is 16 jaar, woont alleen en komt af en toe met jou naar het jeugdhuis. Ze is een eerder teruggetrokken type. Ze weet niet goed welke opleiding ze nu wil volgen en piekert hier regelmatig over. 's Avonds gebeurt het wel eens dat ze een joint rookt. Ze zegt dat ze geniet van het gelukzalige gevoel. Voor heel even zijn haar zorgen van de baan.



✓ **Gert** is 20 en al drie jaar leiding bij de jeugdbeweging. De rest van de leidingsploeg is op de hoogte dat hij af en toe een joint rookt wanneer hij weg is met vrienden. Maar de laatste maanden vermoeden ze dat hij stoned is wanneer hij op de werking toekomt en met zijn groep (10-12 jaar) de straat op trekt.

✓ **Vera** (16 jaar) is geslaagd voor haar examens en heeft dit met een paar goede vrienden gevierd. Het werd een lange avond en nacht, met veel plezier en veel, misschien wel té veel alcohol. Ze herinnert zich niet al te veel meer van de laatste uren en weet helemaal niet meer hoe ze is thuisgeraakt.



✓ **Tine** is 18 jaar. Ze komt sinds kort naar het jeugdhuis en zit bijna bij elke avond aan de toog. Ze zit daar dan ongeveer twee uur en drinkt elke keer 5 à 6 pintjes. Na een tijdje vertelt ze je dat ze niet graag thuis zit: haar ouders zitten in een echtscheiding zitten en er is thuis vaak ruzie. Verder vertelt ze dat één van de oorzaken het drinken van haar moeder is, zij heeft een alcoholprobleem.

MAAT IN DE SHIT

Show me your cards!

Tom drinkt en rookt meestal met zijn vrienden. Hij is zich er niet bewust van, maar omdat hij erbij wil horen, doet hij soms dingen die hij alleen niet zou doen. Iedereen ervaart dit wel eens. Dat wordt in dit spel duidelijk.
Let op: je kan dit voorlezen voor het spel, maar je mag geen extra uitleg geven. Start direct met het spel!

Doelstelling

De spelers laten inzien dat ze allen onderhevig zijn aan groepsdruk. Groepsdruk hoeft niet altijd uitgesproken te zijn. Meestal gaat het om bij een groep willen horen.

Duur

45 minuten

Materiaal

- Evenveel kaartspelen als groepen (er zitten 4 tot 6 deelnemers in 1 groep) met kaarten van 7 tot aas
- Kaartjes met de uitleg van het kaartspel. Je voorziet best 2 kaartjes per groep (opgelet! dit zijn kaartjes met dezelfde uitleg)

Beschrijving

Alle groepen spelen het zelfde kaartspel, maar met andere regels. De spelers weten dit echter niet op voorhand. Ze merken dit doorheen het spel als ze veranderen van tafel. De verschillen in de regels zijn subtiel: aan de ene tafel begint de speler links van de deler, aan de andere tafel is dit de speler rechts van de deler; de deler kiest de troef aan de ene tafel, aan de andere tafel is dit de speler rechts van de deler; tot slot is het aan één tafel de bedoeling om zo weinig mogelijk punten te halen, aan de andere tafels moeten zo veel mogelijk punten gescoord worden.

- Verdeel de spelers in groepen met een zelfde aantal personen. Zorg dat er in elke groep 4 tot 6 personen zitten. Zeg dat er vanaf nu niet meer gesproken mag worden.
- Geef per groep een kaartje met de uitleg van het kaartspel en vertel dat per tafel 1 of 2 verliezers moeten doorschuiven naar een andere tafel.
- Na enkele minuten haal je de uitleg terug op. Let op: geef alle spelers aan één tafel gelijke uitlegkaartjes.



- Ter info: de spelers scoren punten doordat ze ofwel de hoogste kaart hebben van de soort waarmee is uitgekomen, ofwel doordat ze het spel gekocht hebben met een troefkaart. Bij meerdere troefkaarten, geldt weer het principe dat de hoogste kaart wint.
- Na ongeveer 5 minuten geef je een teken dat de punten geteld mogen worden en dat de verliezers mogen doorschuiven naar een volgende tafel. Observeer het gedrag van de spelers wanneer ze aan een nieuwe tafel gaan zitten en merken dat de regels anders zijn. Protesteren ze, gaan ze zonder iets te doen mee in de andere regels? Enzovoort.
- Wanneer er een 20-tal minuten gespeeld is, geef je een signaal dat het spel afgelopen is. Vraag aan de spelers wat ze van het kaartspel vonden. Is hen iets opgevallen?

Nabespreking

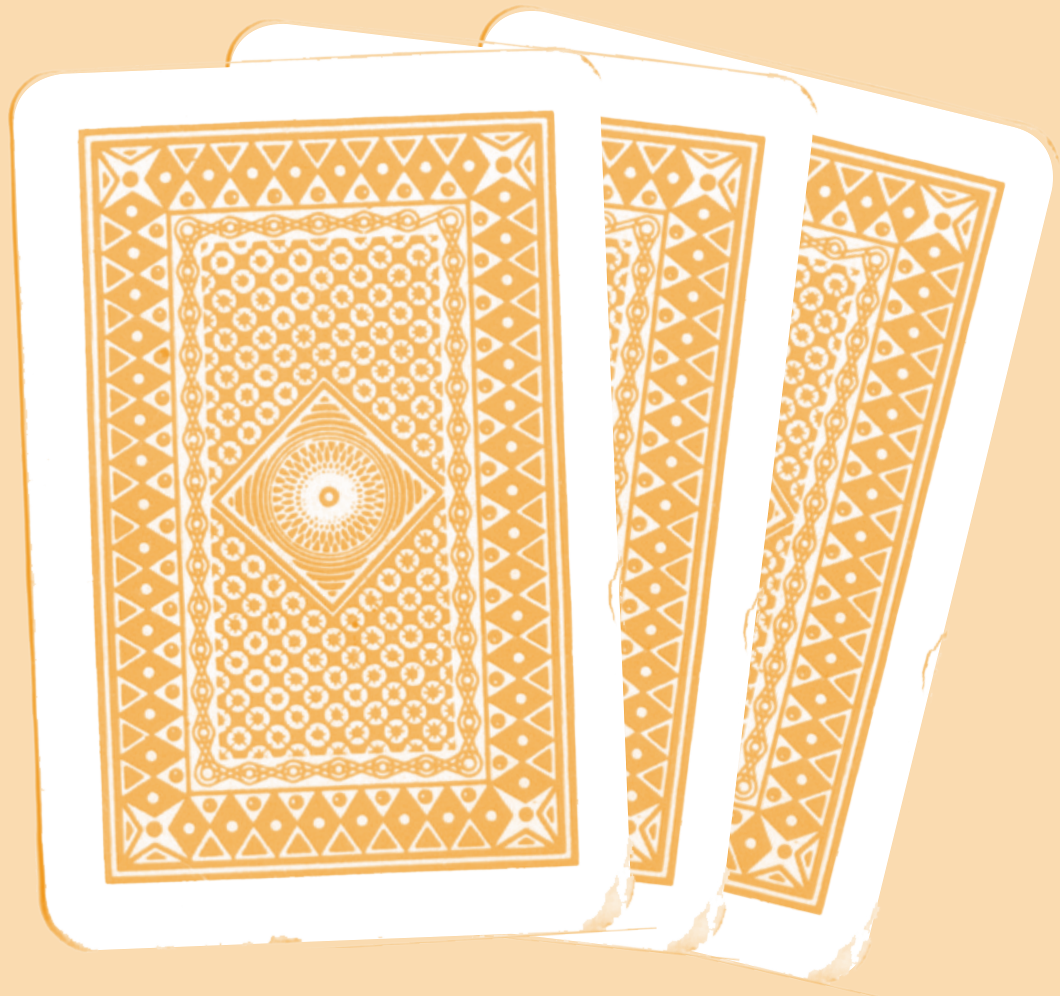
Geef op basis van je observatie een paar voorbeelden van spelers die makkelijk meegingen in de regels aan een andere tafel of spelers die dit net niet deden. Hoe maakten zij zich duidelijk? Vraag aan de spelers die zonder te protesteren meededen met de nieuwe regels waarom ze dit deden? Had dit te maken met het gevoel erbij te willen horen?

Een groepsgevoel kan verschillende vormen aannemen. Iedereen conformeert zich op de een of andere manier aan een groep. Denk maar aan de kledij die je draagt, de muziek die je goed vindt... Ook Tom doet mee met zijn vriendengroep. Wanneer je deel uitmaakt van een groep, zal je onbewust zoeken naar de gewoonten en regels die er zijn binnen die groep. Het is logisch dat je dit doet.

Groepsgevoel is nodig wanneer je je in een groep begeeft. Als er geen groepsgevoel zou zijn, zouden er geen regels en geen afspraken zijn (onuitgesproken of uitgesproken). Eigenlijk kun je niet spreken van een groep zonder groepsgevoel. Dan zou iedereen een los individu zijn. Dat is de positieve kant van het verhaal. Bepaalde soorten van gemeenschappelijke gedragingen en activiteiten zijn nodig om een groep te vormen. Maar groepsgevoel kan ook negatieve gevolgen hebben, zowel voor de leden in de groep (bv. pestgedrag) als voor buitenstaanders (bv. mensen uitsluiten omdat ze andere kleren dragen of niet naar de juiste muziek luisteren). Tom wil graag bij de groep horen, daardoor overschrijdt hij zijn eigen grenzen en doet hij dingen die hij anders niet zo vlug zou doen. Lisa ziet dit gebeuren maar weet niet hoe ze ermee om moet gaan.

Tijdens de nabespreking kan je het omgaan met het groepsgevoel ter sprake brengen door deze vragen te stellen:

- Hoe zouden de spelers omgaan met de situatie? Wat zouden zij doen in Lisa's plaats om ervoor te zorgen dat Tom zich niet laat meeslepen door de groep?
- Hebben ze zelf al dingen gedaan die ze zonder invloed van een groep niet zouden doen? Zowel positieve als negatieve verhalen kunnen hier aan bod komen!
- Hoe proberen ze om te gaan met een groepsgevoel dat mensen over hun grenzen laat gaan?



SPELREGELS
SHOW ME YOUR CARDS

- Er wordt gespeeld met 32 kaarten: alle kaarten lager dan zeven worden uit het pak verwijderd.
- Eén persoon schudt de kaarten en deelt. De persoon rechts van hem neemt af. Dit betekent dat hij/zij een deel van het stapeltje ervan af neemt. De deler legt het overblijvende stapeltje dan op het pas afgenomen stapeltje. Hij kan ook kloppen op het stapeltje. Dit betekent: "Ik wil niet afnemen, de kaarten liggen goed."
- Daarna wordt er gedeeld. Deel 3 - 2 - 3, iedereen krijgt 8 kaarten. De deler kiest de troef (klaver, harten, ruiten of schoppen). Met de troefkaarten kan gekocht worden.
- Nu begint de speler links van de deler het spel. Er wordt gespeeld in de richting van de klok.
- Je moet altijd volgen. Dit betekent dezelfde soort kaart opgooien als waarmee is uitgekomen.
- Je mag niet onderkopen. Dit is het opgooien van een troef die lager is dan degene die al op tafel ligt.
- Als iedereen zijn kaart heeft gelegd, bepaal je wie de slag heeft gewonnen. Dit is de speler met de kaart die het meeste waard is.
- De bedoeling van het spel is om zoveel mogelijk punten te halen.

SPELREGELS
SHOW ME YOUR CARDS

- Er wordt gespeeld met 32 kaarten: alle kaarten lager dan zeven worden uit het pak verwijderd.
- Eén persoon schudt de kaarten en deelt. De persoon rechts van hem neemt af. Dit betekent dat hij/zij een deel van het stapeltje ervan af neemt. De deler legt het overblijvende stapeltje dan op het pas afgenomen stapeltje. Hij kan ook kloppen op het stapeltje. Dit betekent: "Ik wil niet afnemen, de kaarten liggen goed."
- Daarna wordt er gedeeld. Deel 3 - 2 - 3, iedereen krijgt 8 kaarten. De speler rechts van de deler kiest de troef (klaver, harten, ruiten of schoppen). Met de troefkaarten kan gekocht worden.
- De speler links van de deler begint het spel. Er wordt gespeeld in de richting van de klok.
- Je moet altijd volgen. Dit betekent dezelfde soort kaart opgooien als waarmee is uitgekomen.
- Je mag niet onderkopen. Dit is het opgooien van een troef die lager is dan degene die al op tafel ligt.
- Als iedereen zijn kaart heeft gelegd, bepaal je wie de slag heeft gewonnen. Dit is de speler met de kaart die het meeste waard is.
- De bedoeling van het spel is om zoveel mogelijk punten te halen.

SPELREGELS
SHOW ME YOUR CARDS

- Er wordt gespeeld met 32 kaarten: alle kaarten lager dan zeven worden uit het pak verwijderd.
- Eén persoon schudt de kaarten en deelt. De persoon rechts van hem neemt af. Dit betekent dat hij/zij een deel van het stapeltje ervan af neemt. De deler legt het overblijvende stapeltje dan op het pas afgenomen stapeltje. Hij kan ook kloppen op het stapeltje. Dit betekent: "Ik wil niet afnemen, de kaarten liggen goed."
- Daarna wordt er gedeeld. Deel 3 - 2 - 3, iedereen krijgt 8 kaarten. De speler rechts van de deler kiest de troef (klaver, harten, ruiten of schoppen). Met de troefkaarten kan gekocht worden.
- Deze speler begint ook het spel. Er wordt gespeeld in de richting van de klok.
- Je moet altijd volgen. Dit betekent dezelfde soort kaart opgooien als waarmee is uitgekomen.
- Je mag niet onderkopen. Dit is het opgooien van een troef die lager is dan degene die al op tafel ligt.
- Als iedereen zijn kaart heeft gelegd, bepaal je wie de slag heeft gewonnen. Dit is de speler met de kaart die het meeste waard is.
- De bedoeling van het spel is om zoveel mogelijk punten te halen.

SPELREGELS
SHOW ME YOUR CARDS

- Er wordt gespeeld met 32 kaarten: alle kaarten lager dan zeven worden uit het pak verwijderd.
- Eén persoon schudt de kaarten en deelt. De persoon rechts van hem neemt af. Dit betekent dat hij/zij een deel van het stapeltje ervan af neemt. De deler legt het overblijvende stapeltje dan op het pas afgenomen stapeltje. Hij kan ook kloppen op het stapeltje. Dit betekent: "Ik wil niet afnemen, de kaarten liggen goed."
- Daarna wordt er gedeeld. Deel 3 - 2 - 3, iedereen krijgt 8 kaarten. De speler rechts van de deler kiest de troef (klaver, harten, ruiten of schoppen). Met de troefkaarten kan gekocht worden.
- De speler links van de deler begint het spel. Er wordt gespeeld in de richting van de klok.
- Je moet altijd volgen. Dit betekent dezelfde soort kaart opgooien als waarmee is uitgekomen.
- Je mag niet onderkopen. Dit is het opgooien van een troef die lager is dan degene die al op tafel ligt.
- Als iedereen zijn kaart heeft gelegd, bepaal je wie de slag heeft gewonnen. Dit is de speler met de kaart die het meeste waard is.
- De bedoeling van het spel is om zo weinig mogelijk punten te halen.

Kaart	Punten
10	5
Aas	4
Heer	3
Dame	2
Boer	1
7-8-9	0

Kaart	Punten
10	5
Aas	4
Heer	3
Dame	2
Boer	1
7-8-9	0

Kaart	Punten
10	5
Aas	4
Heer	3
Dame	2
Boer	1
7-8-9	0

Kaart	Punten
10	5
Aas	4
Heer	3
Dame	2
Boer	1
7-8-9	0

Schoenenoefening

Mocht je Tom zijn, naar wie zou jij toestappen met je probleem? Zou je te rade gaan bij Lisa, je vrienden of neem je je ouders in vertrouwen, of misschien de leiding uit de jeugdbeweging of het jeugdhuis? Wat zou je in Lisa's plaats doen? Hoe zou jij het aanpakken?

Doelstelling

Door wie word je benaderd met problemen? Wanneer benader je zelf andere mensen? Welke voorwaarden stel je zelf wanneer je te rade gaat bij vrienden?

Duur

45 minuten

Materiaal

Vijf grote papiervellen met daarop geschreven: 'jezelf', 'lief', 'vrienden', 'ouders', 'anderen'.

Beschrijving

Iedereen trekt zijn schoenen uit en gaat in een kring zitten. Alle schoenen liggen in het midden. Rondom de schoenen liggen vijf verschillende flappen: 1. Jezelf, 2. Lief, 3. Ouders, 4. Vrienden, 5. Anderen.

- Iedereen denkt na over een probleem waarmee iemand van op de flappen naar hem toe is gekomen. Het probleem hoeft niet luidop verteld te worden. Wel vraagt iedereen zich af hoe die persoon het probleem heeft aangepakt: heeft hij het voor zichzelf gehouden of met een lief, vrienden, ouders of anderen erover gepraat?
- Dan zet ieder zijn linkerschoen op de flap die overeenkomt met wat de ander heeft gedaan. Bespreek wat opvalt: op welke flappen staan de meeste/minste paar schoenen?
- Daarna denkt iedereen na over een probleem dat hij persoonlijk meegemaakt heeft. Dit hoeft niet per se aan alcohol of andere drugs gelinkt zijn. Bijvoorbeeld: twijfelen over de studiekeuze, het is gedaan met een lief, ruzie met de beste vriend(in). Het probleem hoeft terug niet luidop verteld te worden. Wel vraagt iedereen zich af hoe hij dat probleem heeft aangepakt: het voor zichzelf gehouden of met een lief, vrienden, ouders of anderen erover gepraat? Vervolgens zet iedereen zijn linkerschoen op de flap die overeenkomt met wat je eerst zou doen. De rechterschoen komt overeen met wat je op de tweede plaats zou doen.
- Zet daarna de linker- en rechterschoenen bij elkaar per flap en bespreek wat opvalt: op welke flappen staan de meeste/minste paar schoenen? Overloop alle flappen en bespreek waarom je wel of niet zou praten met de persoon op de flap. Spelers die meerdere mogelijkheden zagen, kunnen dit ook vertellen.

Nabespreking

Met dit spel zocht je uit naar wie je meestal toe stapt als je zelf een probleem hebt en wat je belangrijk vindt in deze persoon. Het maakt ook duidelijk dat je, afhankelijk van je probleem, een andere persoon aanspreekt en dat dit voor iedereen anders kan zijn. Iedereen krijgt in dit spel de kans om te vertellen hoe hij met problemen omgaat zonder dat hij hoeft te vertellen aan welk probleem hij denkt.

Op het einde kunnen volgende vragen aan bod komen:

- Wie komt er bij jou met zijn problemen?
- Met welke problemen komt men naar jou toe?
- Met welke problemen zou je bij wie om advies vragen?
- Wanneer zou je er met niemand over praten?
- Wat vind je zelf belangrijk als je naar iemand toe stapt met een probleem?

Bron: Vriendschap als preventie (In Petto, s.d.)

MAAT IN DE SHIT

Naar je vriend toestappen

Met iemand praten over een delicaat onderwerp is niet altijd makkelijk. Lisa probeert Tom verschillende keren aan te spreken over zijn blowen, maar dat bleef zonder resultaat. Tom wimpelt Lisa elke keer af en zegt haar dat hij de situatie volledig onder controle heeft. Hij vindt dat ze overdrijft en ziet geen problemen in de situatie. Hij vindt zelfs dat ze erover zaagt. In dit spel kan je tonen hoe je het zelf zou aanpakken. Wat zou jij doen in Tom's situatie, hoe zou jij naar hem toestappen?

Doelstelling

Laten inzien hoe je een vriend in de 'shit' kan benaderen. Letten op houding, positionering, non-verbaal gedrag. In een tweede fase letten op de openingszin (verbale aspect) van het gesprek.

Duur

40 minuten

Materiaal

- Stoelen en parasol
- Muziek
- Pet, krans, sjaal
- Kan binnen of buiten gespeeld worden
- Bladwijzers met gesprekstips

Beschrijving

- Start met Lisa's aanpak te bespreken. Lisa's reactie op Tom is gekleurd doordat ze verliefd is op hem. Hoe denkt de groep dat dit een invloed heeft (bijvoorbeeld ze praat zijn gedrag sneller goed en ze verdraagt veel van hem, ze wil hem volledig vertrouwen). Hoe denkt de groep dat Lisa zich bij de situatie voelt?
- Met welke elementen zou ze beter rekening houden? Hierbij kunnen de spelers nadenken over: hoe stap je op je vriend af en hoe ervaart je vriend dat? Zowel het verbale als het non-verbale komt hier aan bod.
- Je kan bij deze oefening vertrekken van een concrete situatie die de deelnemers aangeven of je kan vertrekken vanuit de situatie van Tom en Lisa. Waarbij een speler Tom speelt en de andere Lisa of een andere vriend(in) van Tom.
- Let op: voor je deze methodiek gebruikt, moet je goed inschatten wat je groep aankan. Je kan de veiligheid garanderen door de rollen te laten spelen door jongeren die dat echt zien zitten. De gesprekstips op de bladwijzer kunnen hierbij helpen, je kan ze op voorhand in groep overlopen.

Het spel verloopt in twee ronden.
Tijdens de eerste ronde gaat iedereen in een kring zitten rond drie stoelen en een parasol. Er speelt muziek en er wordt een pet, een krans en een sjaal doorgegeven. Wanneer de muziek stopt, is het duidelijk wie welke rol opneemt.

- De 'pet' positioneert zich in de kring (gaat zitten op de stoel of op de grond of staat recht) en neemt de houding aan van een 'vriend in nood'.
- De 'sjaal' stapt op de vriend in nood af en toont hoe hij zeker nooit een vriend in nood zou benaderen.
- Direct daarna stapt de 'krans' op de 'pet' af en toont hoe hij de vriend in nood zou benaderen, op zijn eigen manier.

Na deze ronde geeft de vriend in nood feedback over wat hij voelde bij de twee manieren van benaderen. In de eerste ronde werk je non-verbaal, eventueel wel met aanspreektitel.

In de tweede ronde benadruk je het verbale; de nadruk ligt dan op de openingszin.
Iedereen kan tips geven aan de spelers. Daarna kunnen de deelnemers in groepjes van drie de tips inoefenen.

Bron: Vriendschap als preventie (In Petto, s.d.)

MAAT
IN DE
SHIT

Actie-Reactie

Lisa probeert om invloed uit te oefenen op Tom, maar dit lukt niet altijd even goed. Ze wil graag dat Tom verandert. Sommigen denken dat je om een vriend zijn gedrag te helpen veranderen gespecialiseerde psychologentrucs nodig hebt, maar dit is zeker niet het geval. Met enkele eenvoudige tips geraak je al een heel eind. Tijdens dit spel worden verschillende manieren van reageren op het gebruik van een vriend besproken: wat zou jij doen en waarom?

Doelstelling

Afwegen van voor- en nadelen van verschillende manieren van reageren, nadenken over eigen reacties, benoemen van reacties die bij zichzelf wel/niet zouden werken.

Duur

60 min

Materiaal

- Kaartjes met de citaten van de jongeren
- Bladwijzers met gesprekstips

Beschrijving

- Lees de citaten van de jongeren voor.
- Verspreid daarna de kaartjes in het lokaal en zeg duidelijk welk citaat waar ligt.
- De spelers mogen eerst de reactie kiezen waar ze zich het best in terugvinden en gaan bij het kaartje staan. De spelers die bij hetzelfde citaat staan, bespreken samen de elementen waardoor ze zich aangesproken voelen. Je geeft hen hiervoor +/- 15 minuten tijd.
- Wanneer iedereen dit gedaan heeft, worden in grote groep alle citaten overlopen die men goed vindt. Hierbij kan je volgende vragen stellen:

    - Verwacht jijzelf ook deze reactie van je beste vriend(in) als je iets doet wat hij/zij afkeurt?
    - Zou deze reactie ervoor zorgen dat je ernstig nadenkt over je gedrag? Zou je proberen je gedrag te veranderen?
    - Zou jij je goed voelen bij die reactie? Waarom?
    - Welke reactie zou je liever hebben?

- Hierna verzamel je alle kaartjes waarbij niemand stond. Wat vonden ze niet goed aan de reactie van de persoon in het citaat? Hoe zouden ze het zelf beter doen?

De gesprekstips op de bladwijzer kunnen hierbij helpen, je kan deze in groep overlopen. Eventueel kunnen de deelnemers in een rollenspel duidelijk maken hoe zij de situatie zouden aanpakken.


MAAT
IN DE
SHIT

CITATEN
Actie-Reactie

Bart:

Zolang hij er zelf niets over zegt, zou ik er niet over beginnen. Ik denk dat hij zich kwaad gaat maken als ik mij ermee zou bemoeien. Als hij niet vindt dat hij een probleem heeft, dan kan ik toch niets doen.

Nathalie:

Ik zou hem 's goed mijn gedacht zeggen. Beseft hij wel dat hij z'n leven aan het vergooien is? Ik zou hem met zijn neus op de gevaren van drugs drukken. Hem naar een film over verslaafden laten kijken ofzo. Desnoods zou ik hem meenemen naar een ontwenningscentrum. En als hij echt niet zou willen veranderen, dan zou ik zeker zijn ouders inlichten. Misschien krijg ik dan wel ruzie met hem, maar als je echt om een vriend geeft, dan laat je hem zichzelf niet kapot maken.



Mieke:

Ik zou er wel proberen over te praten. Misschien gaat er wel iets mis thuis of heeft hij andere problemen. Ik zou hem in elk geval het gevoel proberen te geven dat hij met zijn problemen altijd bij mij terecht kan.

Jelle:

Ik vind dat je over drugs op een normale manier moet kunnen praten. Dan bedoel ik niet enkel stoere praat verkopen enzo, maar ook praten over de negatieve kanten. Dat je je 's anderendaags rotslecht kan voelen bijvoorbeeld. Wie zelf niet gebruikt, zal het moeilijker hebben om er met een gebruiker over te praten, denk ik. Je weet dan eigenlijk niet wat het plezante eraan is en je begint te zagen over iets waar je weinig van af weet.


MAAT
IN DE
SHIT

CITATEN
Actie-Reactie

Maaike:

Ik had altijd zoiets van 'als mijn lief zou gebruiken, dan is het meteen gedaan'. Tot het me op een dag ook echt overkwam. Ik was smoorverliefd op een jongen die zwaar aan de drugs zat. Iedereen raadde mij aan hem te dumpen maar dat kon ik niet over m'n hart krijgen. Ik wou hem echt helpen. Ik heb toen vanalles geprobeerd maar niets hielp. Ik ging er zelf kapot aan. Hij leende geld van me dat ik nooit terug kreeg, hij loog tegen me, bedroog me. Op het einde heeft hij me zelfs een paar keer geslagen. Toen heb ik ingezien dat ik ook voor mezelf moest zorgen. Dan pas heb ik het uitgemaakt.

Nick:

Ik denk dat het erg moelijk is om iemand te helpen als hij al echt verslaafd is. Ik zou hulp zoeken. Bij een leerkracht die ik kan vertrouwen, bij De DrugLijn of bij een jongerencentrum ofzo.



Yana:

Als m'n vriend zou gebruiken, zou het voor mij simpel zijn. Ik ben er radicaal tegen. Hij moet dan maar de keuze maken: of hij kiest voor mij of voor de drugs.

Jonas:

Vroeger smoorden we met een groepje vaak samen. Daar was weinig mis mee, vond ik, we maakten gewoon wat lol samen en deden er niemand kwaad mee. We hadden toen wel een soort ongeschreven regel: je doet het niet in je eentje of als je nog moet studeren of naar de les moet. Als er iemand te ver ging dan praatten de anderen met hem. Da's nodig hoor, want als je 't te veel doet, dan blijf je algauw rondzweven in je eigen wereldje. En ja, ze hebben mij ook af en toe 's terug op de aarde moeten zetten.

MAAT
IN DE
SHIT

Meer info?

Voor meer informatie kan je contact opnemen met een drugpreventiewerker in je regio, de koepel van je jeugdbeweging of van je jeugdhuis. Contactgegevens vind je op www.drugsinbeweging.be/contact

Lid van een jeugdbeweging?

Kijk dan eens op www.drugsinbeweging. be. Op deze website vind je onder andere een stappenplan om een alcohol- en drugbeleid te ontwikkelen in je jeugdbeweging.

Lid van een jeugdhuis?

Schrijf je in voor ATTENT en draag zorg voor je bezoekers. Door je in te schrijven voor de Attentie 'Alcohol- en drugplan' wordt jouw jeugdhuis begeleid in het uitwerken van een alcohol- en drugbeleid.
Inschrijven kan op www.formaat.be/attent.

Voor informatie- en hulpvragen kan je terecht bij De Druglijn:

Bij De DrugLijn kan je terecht met al je vragen over drank, drugs, pillen, gamen en gokken. Voor informatie, een eerste advies of voor adressen voor hulp en preventie. Anoniem, objectief en zonder te oordelen of veroordelen.
Je kan De DrugLijn contacteren via mail, chat, Skype of telefoon: 078/15.10.20

Op www.druglijn.be vind je heel wat informatie over drank, drugs, pillen, gokken en gamen.

MAAT IN DE SHIT

JEUGDWERK

Dit materiaal voor het jeugdwerk is gebaseerd op 'Maat in de Shit' voor het onderwijs (CAT. deelwerking CGG Eclips Gent vzw en VAD vzw. 2010).

Auteur
Nina De Paepe. stafmedewerker VAD

Lay-out, druk en afwerking
www.epo.be

Verantwoordelijke uitgever
P. Van Deun, Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
Wettelijk depotnummer: D/2017/6030/13
©2017









VAD, Vlaams expertisecentrum Alcohol en andere Drugs'
Vanderlindenstraat 15, 1030 Brussel
T 02 423 03 33 | F 02 423 03 34 | vad@vad.be | www.vad.be

MAAT IN DE SHIT

VOOR HET

JEUGDWERK

Met de jeugdbeweging ga je elk jaar op kamp, traditiegetrouw is er een voorkamp voor de leiding. Op dit voorkamp wordt er ovrdag hard gewerkt en s' avonds gaan jullie met de hele groep op café. De meesten houden het rustig en drinken een paar pintjes. Maar twee medeleiders maken het bont en drinken aan een hoog tempo. Ze drinken echt om drinken te worden. Dit is niet de eerste keer en voor de groep nogal vervelend.

Iemand van je jeugdhuis vertelt je in vertrouwen dat ze zich zorgen maakt over het cannabisgebruik van haar vriend. Ze merkt dat haar vriend de controle begint te verliezen, alhoewel hij het ontkent. Ze is radeloos en ze wil weten hoe ze hiermee kan omgaan.

Een lid van je jeugdbeweging vertelt op een zondagmiddag dat een vriend van hem joints rookt en anderen ook joints aanbiedt. Sommige van zijn vrienden smoorden mee. Jouw lid vraagr zich af of hij zelf ook eens zou proberen.

Klinken deze situaties je bekend in de oren?

Dan kan je met deze spelfiches aan de slag als je met je jeugdhuis of jeugdbeweging eens stil wil staan bij alcohol- en cannabisgebruik. Door de spelen denk je met je groep na over wat je kan doen als je je zorgen maakt over het alcohol- en/of cannabisgebruik van een vriend.

VAD